

Défi 38 : URGENCE DE L'ESSENTIEL

« le plus pauvre n'échangerait pas sa santé pour de l'argent, mais le plus riche donnerait tout son argent pour la santé » Charles Caleb colton

Défi :

« A force de sacrifier l'essentiel pour l'urgence, on finit par oublier l'urgence de l'essentiel »

Edgar Morin

Quelle est votre urgence de l'essentiel ? Qu'est ce qui va faire une vraie différence dans votre vie ? Tracer deux colonnes une consacrée à l'essentiel, l'autre à ce qui est urgent et notez ce qui vous vient à l'esprit. Ne lisez pas la seconde partie de l'exercice avant de les avoir complétées.

Recueil de propos de personnes en fin de vie : « j'aurais aimé vivre mes rêves, ma vie et pas celles des autres, consacrer moins de temps au travail, exprimer plus mes sentiments, rester en contact avec mes amis, m'autoriser à être plus heureux », l'aspect matériel n'est pas mentionné.

« Quand on n'est plus là, tout ce qu'il reste, c'est tout l'amour qu'on a donné » C Singer

Maintenant relisez votre tableau et demandez vous si vous avez envie de modifier vos écrits.

BONUS 1 :

Prenez un temps en famille, en couple pour échanger, comprendre vos différences et vos points communs sur ce qui est essentiel et ce qui est important. Ajouter ces éléments à votre liste

BONUS 2 :

Accomplissez 3 choses de votre liste de l'essentiel